

SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA KESEPIAN DAN INTENSITAS
PENGUNAAN MEDIA SOSIAL PADA DEWASA AWAL**



Disusun oleh:

Khusnandar Eko Harianto

NIM. 145120300111045

PROGRAM STUDI S1 PSIKOLOGI

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

UNIVERSITAS BRAWIJAYA

2018

LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA KESEPIAN DAN INTENSITAS PENGGUNAAN
MEDIA SOSIAL PADA DEWASA AWAL

SKRIPSI

Disusun Oleh :

KHUSNANDAR EKO HARIANTO

NIM. 145120300111045

Telah disetujui dan dinyatakan lulus dalam ujian sarjana
Pada tanggal 4 Oktober 2018


Tim Penguji

Ketua Majelis Sidang Penguji,

Ilhamuddin, S.Psi., M.A.

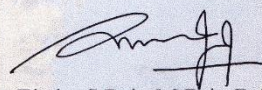
NIP. 198407302010121004

Ketua Penguji



Thoyyibatus Sarirah, S.Psi., M.Si.
NIK: 2013048311242001

Anggota Penguji,



Ika Fitria, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIK: 2014058702242001

Malang, 12 November 2018

Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Dekan



Prof. Dr. Unti Ludigdo, Ak
NIP. 19690814 199402 1 001

IDENTITAS TIM PENGUJI

JUDUL SKRIPSI:

HUBUNGAN ANTARA KESEPIAN DAN INTENSITAS PENGGUNAAN
MEDIA SOSIAL PADA DEWASA AWAL

Nama Mahasiswa / NIM: KHUSNANDAR EKO HARIANTO/
145120300111045

Program Studi S1: PSIKOLOGI

TIM DOSEN PENGUJI

Dosen Penguji 1 : Ilhamuddin, S.Psi., M.A
Dosen Penguji 2 : Thoyyibatus Sarirah, S.Psi., M.Si.
Dosen Penguji 3 : Ika Fitria, S.Psi., M.Psi., Psikolog
Tanggal Ujian : 4 OKTOBER 2018
SK Penguji : LULUS

LEMBAR PERNYATAAN ORIGINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Khusnandar Eko Harianto

NIM : 145120300111045

Jurusan : Psikologi

Institusi : Universitas Brawijaya

Menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul Hubungan antara Kesepian dan Intensitas Penggunaan Media Sosial pada Dewasa Awal adalah benar karya saya sendiri, bukan karya ilmiah dari orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya yang telah ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari ditemukan bahwa pernyataan saya tidak benar, maka saya bersedia untuk mengganti isi skripsi saya dan melakukan ujian ulang.

Malang, 30 September 2018

Yang membuat pernyataan

Khusnandar Eko Harianto

145120300111045





ENGKHUSH

JL. M. YAMIN NO 4, CODO, WAJAK, KAB. MALANG

Link to other online properties: Portfolio/Website/Blog

I am keen to learn and have always been interested in social, human resources, consulting and political psychology.

SKILLS

- Written & Oral Communication
- Analytical Thinking
- Conceptual Thinking
- Strategic Thinking
- Political Leadership
- Initiative & Risk Taking
- Qualitative & Quantitative Research
- Psychological Assessment

EXPERIENCES

PROJECT SUPPORT • PERFORMA PLUS • 2018

Preparing, conducting, and scoring psychological assessment tools
(BETA 3, DISC, PAULI, GTQ, and Graphics Test)

PUBLIC SPEAKER • ETHNOGRAPHIC DIALOGUE • 2018

Delivering speeches on the area of Hate Speech Commercialization for Anthropology Students Association, Universitas Brawijaya

EDUCATION

UNDERGRADUATE DEGREE • 2014 - 2018 (GPA: 3.29/4.00)

Department of Psychology,
Faculty of Social and Political Science, Universitas Brawijaya

SENIOR HIGH SCHOOL • 2011 - 2014

SMA Negeri 1 Kepanjen, Kab. Malang

ACTIVITIES

ASSOCIATE • 2018 - PRESENT

Aliansi Damai Malang Universitas Brawijaya
Persuading and campaigning inter-religious tolerance in Malang.

ASSOCIATE • 2016 - PRESENT

Komite Pendidikan Universitas Brawijaya
Examining and reviewing the issue of educational commercialization.

STAFF • 2016 - 2017

Department of Advocacy and Students Welfare
Psychology Students Association Universitas Brawijaya

Responsible in handling and administering scholarships for both candidates and awardees.

COORDINATOR • VOLUNTEER • 2016 - 2017

Gerakan Psikologi Mengajar
Psychology Students Association Universitas Brawijaya

Accountable for assisting the volunteers in design learning materials.

HUBUNGAN ANTARA KESEPIAN DAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL PADA DEWASA AWAL

Disusun oleh:

Khusnandar Eko Harianto

engkhush72@gmail.com

Program Studi Psikologi Universitas Brawijaya

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kesepian dan intensitas penggunaan media sosial dari masing-masing aspeknya (ketekunan, kebosanan, berlebihan, dan ekspresi diri) pada dewasa awal. Penelitian ini merupakan penelitian korelasional dengan jumlah *sample* sebanyak 180 responden yang diambil dengan menggunakan teknik *non probability sampling* dengan metode *accidental sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam pengumpulan data adalah *UCLA Loneliness Scale version 3* (Anaki, 2009) untuk mengukur variabel kesepian dan skala *Multidimensional Facebook Intensity Scale (MFIS)* (Orosz, 2015) yang telah diadaptasi untuk mengukur intensitas penggunaan media sosial. Analisis data yang digunakan adalah analisis *Spearman's Correlation*. Terdapat empat hasil uji hipotesis yang diperoleh dalam penelitian ini. Pertama, tidak terdapat hubungan kesepian dan ketekunan dalam intensitas penggunaan media sosial. Kedua, terdapat hubungan negatif kesepian dan kebosanan dalam intensitas penggunaan media sosial. Ketiga, terdapat hubungan positif kesepian dan berlebihan dalam intensitas penggunaan media sosial. Keempat, tidak terdapat hubungan kesepian dan ekspresi diri dalam intensitas penggunaan media sosial.

Kata Kunci: Dewasa Awal, Intensitas Penggunaan Media Sosial, Kesepian

THE RELATIONSHIP BETWEEN LONELINESS AND INTENTION OF USING SOCIAL MEDIA AMONG EARLY ADULthood

Author:

Khusnandar Eko Harianto

engkhus72@gmail.com

Departement of Psychology of Brawijaya University

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship of loneliness and intention of using social media from each aspects (persistence, boredom, overuse and self-expression) in early adulthoods. This study was conducted through correlational study among 180 participants with non-probability sampling technique and accidental sampling method. The instruments that used in collecting the data were: UCLA Loneliness Scale version 3 (Anaki, 2009) and the adaptation of Multidimensional scale of the Facebook Intensity Scale (MFIS; Orosz, 2015). The data was analysed using statistical technique of Spearman Correlation. Four results shows in this study. First, there is no relationship between loneliness and persistence in intensity of using social media. Second, there is a negative relationship between loneliness and boredom in intensity of using social media. Third, there is a positive relationship between loneliness and overuse in intensity of using social media. Fourth, there is no relationship between loneliness and self-expression in intensity of using social media.

Keywords: Early Adulthood , Intention of Using Social Media, Loneliness

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Allah SWT atas segala berkah dan rahmat-Nya sehingga Skripsi yang berjudul Hubungan antara Kesepian dan Intensitas Penggunaan Media Sosial pada Dewasa Awal dapat diselesaikan dengan baik walaupun tidak tepat waktu. Disadari bahwa tanpa bantuan dari berbagai pihak, Skripsi ini tidak dapat terselesaikan dengan baik. Maka dengan penuh rasa hormat menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Unti Ludigdo, Ak., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Brawijaya.
2. Ibu Cleoputri Al Yusainy selaku ketua Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Brawijaya.
3. Bapak Ilhamuddin, S.Psi., M. A sebagai dosen pembimbing skripsi yang telah membimbing penulis hingga dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
4. Ika Fitria, S.Psi., M.Psi., Psikolog dan Ibu Thoyyibatus Sarirah, S. Psi., M. Si sebagai dosen penguji yang telah memberikan saran dan masukan kepada penulis.
5. Orang tua, sebagai dua orang yang sudah membentuk penulis untuk tahan uji dan tempat berpulang yang menyenangkan serta kesediaanya memberi materi, doa dan kasih sayang
7. Diri sendiri, yang tahan banting dan tahan uji serta mampu menyelesaikan target pribadinya. Semoga dengan gelar kesarjanaan ini penulis dapat menjadi pribadi yang bermanfaat bagi sesamanya.
5. Seluruh pihak yang tidak bisa disebutkan satu per satu, yang turut membantu melancarkan proses penyusunan Skripsi.

Malang, 30 September 2018

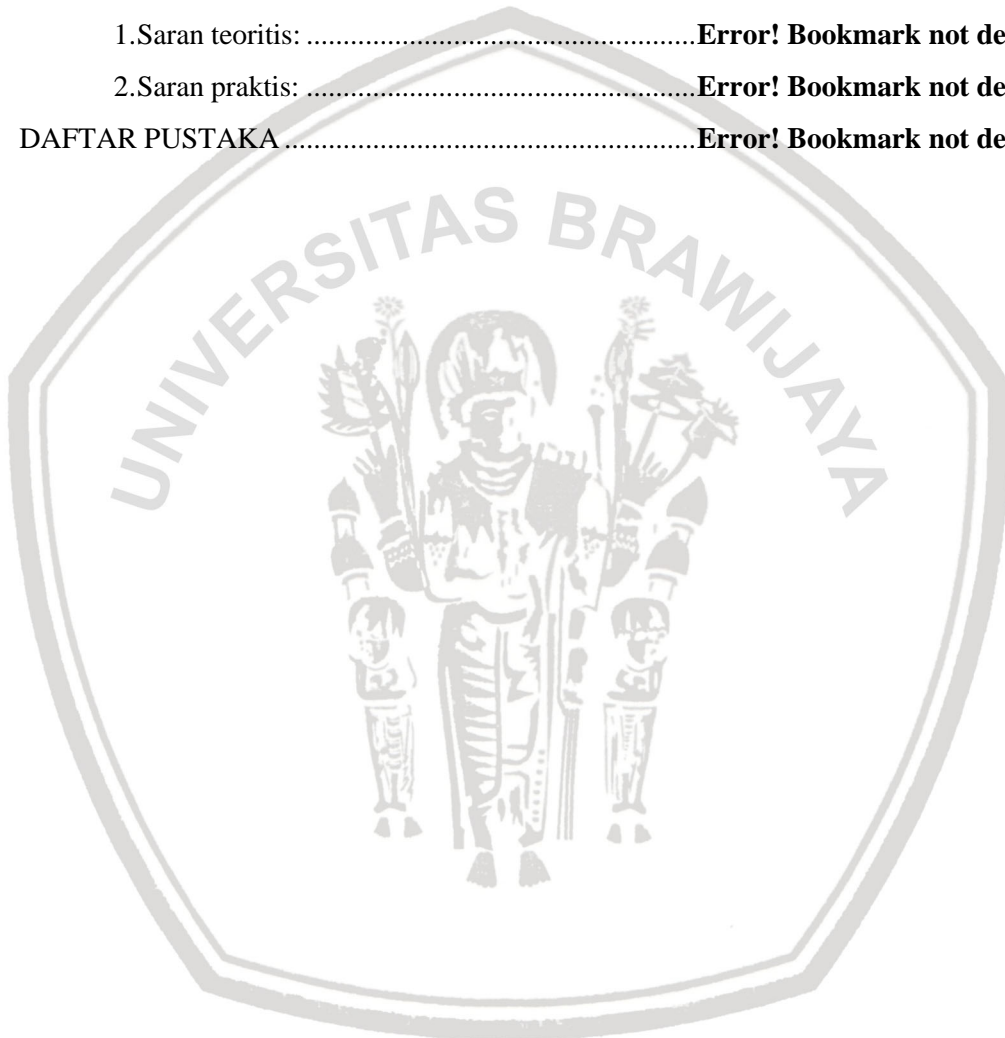
Khusnandar Eko Harianto

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PERNYATAAN ORIGINALITAS	iv
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR	13
ABSTRAK	vii
ABSTRACT.....	viii
BAB I.....	Error! Bookmark not defined.
PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D. Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1. Manfaat Teoritis	Error! Bookmark not defined.
2. Manfaat Praktis	Error! Bookmark not defined.
BAB II.....	Error! Bookmark not defined.
TINJAUAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
A. Landasan Teori.....	Error! Bookmark not defined.
1. Kesenian.....	Error! Bookmark not defined.
2. Intensitas Penggunaan Media Sosial	Error! Bookmark not defined.
B. Hubungan Antar Variabel	Error! Bookmark not defined.
C. Kerangka Pemikiran.....	Error! Bookmark not defined.
D. Hipotesis Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III	Error! Bookmark not defined.
METODE PENELITIAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Desain Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.

1. Variabel Bebas (X)	Error! Bookmark not defined.
2. Variabel Terikat (Y)	Error! Bookmark not defined.
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1. Kesepian	Error! Bookmark not defined.
2. Intensitas Penggunaan Media Sosial	Error! Bookmark not defined.
D. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel	Error! Bookmark not defined.
1. Populasi	Error! Bookmark not defined.
2. Sampel	Error! Bookmark not defined.
3. Teknik Pengambilan Sampel	Error! Bookmark not defined.
E. Instrumen Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1. Skala Kesepian	Error! Bookmark not defined.
2. Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial	Error! Bookmark not defined.
F. Tahapan Pelaksanaan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1. Tahap Persiapan	Error! Bookmark not defined.
2. Tahap Pelaksanaan	Error! Bookmark not defined.
3. Tahap Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
G. Validitas dan Reliabilitas	Error! Bookmark not defined.
1. Uji Validitas	Error! Bookmark not defined.
2. Uji Reliabilitas	Error! Bookmark not defined.
H. Metode Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
1. Uji Asumsi	Error! Bookmark not defined.
2. Uji Hipotesis	Error! Bookmark not defined.
BAB IV	Error! Bookmark not defined.
HASIL DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
A. Hasil Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1. Data Demografis dan Deskripsi	Error! Bookmark not defined.
2. Analisis Statistik Deskriptif	Error! Bookmark not defined.
3. Kategorisasi Skor Skala	Error! Bookmark not defined.
B. Uji Asumsi	Error! Bookmark not defined.
1. Uji Normalitas	Error! Bookmark not defined.
C. Uji Linieritas	Error! Bookmark not defined.
D. Uji Hipotesis	Error! Bookmark not defined.

E. Pembahasan.....	Error! Bookmark not defined.
F. Keterbatasan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB V	Error! Bookmark not defined.
KESIMPULAN DAN SARAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.
B. Saran.....	Error! Bookmark not defined.
1.Saran teoritis:	Error! Bookmark not defined.
2.Saran praktis:	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.



DAFTAR TABEL

Tabel 1. <i>Blueprint</i> Skala Kesepian.....	40
Tabel 2. <i>Blueprint</i> Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial.....	41
Tabel 3. Sebaran <i>Item</i> Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial.....	42
Tabel 4. <i>Blueprint</i> Skala Kesepian Sebelum diuji Coba	43
Tabel 5. <i>Blueprint</i> Skala Kesepian Setelah diuji Coba	43
Tabel 6. Gambaran Demografis Subjek Penelitian	48
Tabel 7. Data Penghitungan Empirik dan Hipotetik Variabel X dan Y	49
Tabel 8. Pengkategorisasian Variabel	51
Tabel 9. Kategori Skor Kesepian Berdasarkan Klasifikasi Hipotetik.....	51
Tabel 10. Kategori Skor Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial	52
Tabel 11. Hasil Uji Normalitas	53
Tabel 12. Hasil Uji Linearitas	54
Tabel 13. Hasil Uji Hipotesis	55



DAFTAR GAMBAR

Gambar 7. Bagan Kerangka Pemikiran	15
--	----



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dewasa awal merupakan masa transisi, baik transisi secara fisik (*physically trantition*), transisi secara intelektual (*cognitive trantition*), serta transisi peran sosial (*social role trantition*; Santrock, 2003). Masa dewasa muda merupakan awal dari suatu tahap kedewasaan dalam rentang kehidupan seseorang. Santrock (2003) menyatakan bahwa masa dewasa awal merupakan periode perkembangan pada manusia yang mencakup individu yang berusia 18 hingga 25 tahun. Menurut teori perkembangan psikososial Erikson (Papalia, dkk, 2009), masa dewasa muda ditandai dengan tahapan *intimacy vs isolation*. *Intimacy* dapat dicapai dengan menjalin hubungan *interpersonal* yang intim dan membuat komitmen dengan orang lain. Jika hal ini tidak terpenuhi maka seseorang akan mengalami perasaan terisolasi sehingga dimungkinkan mengalami kesepian.

Menurut Russell (dalam Krisnawati & Soetjiningsih, 2017) kesepian adalah suatu keadaan hubungan sosial yang tidak sesuai dari apa yang diinginkan sehingga menimbulkan perasaan gelisah, tertekan, dan persepsi mengenai kurangnya hubungan sosial pada diri seseorang. Kesepian juga dapat didefinisikan sebagai suatu keadaan mental dan emosional yang dicirikan oleh adanya perasaan terasing dan kurangnya hubungan sosial (Bruno, 2000).

Kesepian yang tidak teratasi akan menimbulkan dampak kondisi psikoemosional yang tidak baik dan membuat individu mengalami depresi (Dariyo, 2013). Aspek yang

menyebabkan terjadinya kesepian menurut Russel (dalam Krisnawati & Soetjningsih, 2017) antara lain: *trait loneliness*, *social desirability loneliness* dan *depression loneliness*.

Menariknya, media sosial dapat begitu diminati karena dianggap sebagian orang sebagai fitur yang diharapkan mampu mengatasi kesepian. Anggapan ini diperoleh karena media sosial mampu menghubungkan individu dengan orang lain yang berada di lain tempat sehingga ia tidak merasakan kesepian lagi. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Martin dan Scumazer (2003) menunjukkan bahwa dibandingkan dengan individu tidak kesepian, individu kesepian lebih cenderung menghabiskan waktu untuk mengakses media sosial dalam rangka untuk dukungan emosional. Individu kesepian diprediksi lebih memilih berkomunikasi menggunakan media sosial daripada berkomunikasi dengan bertatap muka secara langsung. Hal ini disebabkan karena ia dapat menikmati keadaan dimana individu kesepian tidak perlu menyebutkan nama dalam komunikasi menggunakan media sosial, dan menyembunyikan diri dari orang lain (Martin dan Scumazer, 2003). Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa individu kesepian menggunakan media sosial lebih banyak dan lebih menggunakan internet untuk mendapatkan dukungan emosional dari orang lain. Perilaku sosial pada individu yang mengalami kesepian akan meningkat ketika individu mengakses media sosial, sehingga individu kesepian lebih mungkin untuk mencari kepuasan dengan teman-teman *online* mereka.

Media sosial merupakan medium yang memungkinkan pengguna untuk mempresentasikan dirinya, berinteraksi, bekerja sama, berbagi, berkomunikasi dengan pengguna lain, dan membentuk ikatan sosial secara *virtual* (Nasrullah, 2015). Media sosial terbagi menjadi dua jenis, yakni *messenger* dan *social network* (Kindarto, 2010). Media sosial *messenger* adalah suatu aplikasi yang diakses melalui internet dan menawarkan fitur untuk mengirim pesan, seperti *WhatsApp*, *Line*, *Wechat*, dan *KakaoTalk* (Kindarto, 2010).

Sedangkan *social network* atau jejaring sosial adalah sebuah sistem struktur sosial yang terdiri dari elemen individu atau organisasi, misalnya seperti *Facebook*, *Twitter*, *Instagram*, dan sebagainya (Kindarto, 2010). Kedua jenis media sosial di atas saat ini diminati oleh hampir semua kalangan masyarakat, mulai dari; anak-anak, remaja, hingga orang dewasa. Hal ini didukung oleh kemudahan yang ditawarkan dalam penggunaan media sosial, sehingga semua orang dapat mengakses terlepas dari usia, profesi dan jenis kelamin penggunanya.

Menurut survei APJII tahun 2014, berdasarkan usia pengguna, mayoritas pengguna internet di Indonesia berusia 18-25 tahun, yaitu sebesar hampir setengah dari total jumlah pengguna internet di Indonesia (49%). Kemudian disusul usia 26-35 tahun, sebesar (33,8%), 36-45 tahun sebesar (14,6%), 46-55 tahun sebesar (2,4%) dan terakhir 56-65 tahun sebesar (0,2%) (APJII, 2015). Hal ini menunjukkan bahwa dewasa awal mendominasi penggunaan internet, khususnya untuk keperluan menggunakan media sosial (APJII, 2015). Selain itu menurut survei APJII (2015) 84% orang Indonesia memiliki frekuensi penggunaan media sosial sebanyak satu kali sehari, dengan 37,7% diantaranya mengakses media sosial selama 1-3 jam per hari. Hal ini tentu mengkhawatirkan, karena mayoritas pengguna media sosial di Indonesia adalah usia 18-25 tahun (APJII, 2015). Menurut Santrock (2003) kelompok usia tersebut memasuki rentang usia dewasa awal. Hasil survei *platform* media sosial paling aktif yang dilakukan oleh *Hootsuite We Are Social* (2017). Dapat disimpulkan bahwa *Youtube* merupakan *platform* media sosial yang paling aktif dengan presentase terbanyak sebesar 49%. Sedangkan urutan selanjutnya secara berurutan ditempati oleh *Facebook*, *Instagram*, *Twitter*, *WhatsApp*, *Google+*, *Facebook messenger*, *Line*, *Linkedin*, *Blackberry Messenger* (BBM), *Pinterest*, dan *Wechat*. Media sosial paling aktif menunjukkan bahwa media sosial tersebut intensitasnya paling tinggi digunakan/diakses oleh seseorang.

Intensitas penggunaan media sosial menurut Orosz,G., Kiraly, IT., Bothe, B. (2015) adalah semua dimensi yang berupa ketekunan, kebosanan, berlebihan dan ekspresi diri sebagai sikap yang mengacu dari keterhubungan emosional dengan media sosial dan diintegrasikan dengan kehidupan sehari-hari. Meningkatnya intensitas penggunaan media sosial tentu dikhawatirkan menjadi sebuah kecanduan. Menurut Ekasari (2012) ciri-ciri dari pengguna internet yang mengalami kecanduan media sosial antara lain pengguna menghabiskan waktu lebih dari 40 jam per bulan untuk mengakses media sosial. Artinya, dalam satu hari pengguna dengan intensitas penggunaan media sosial tinggi akan mengakses media sosial lebih dari 1 sampai 3 jam.

Berdasarkan penjelasan latar belakang di atas, peneliti berfokus untuk mengkaji apakah kesepian berhubungan terhadap intensitas penggunaan media sosial pada dewasa awal.

B. Rumusan Masalah

Penelitian ini dilakukan untuk menjawab rumusan permasalahan, apakah terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dan intensitas penggunaan media sosial pada dewasa awal, yang terbagi ke dalam empat dimensi yaitu:

1. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dan ketekunan pada dewasa awal?
2. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dan kebosanan pada dewasa awal?
3. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dan berlebihan pada dewasa awal?
4. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dan ekspresi diri pada dewasa awal?

C. Tujuan Penelitian

Sejalan dengan rumusan masalah, maka penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui :

1. Hubungan yang signifikan antara kesepian dan ketekunan pada dewasa awal.
2. Hubungan yang signifikan antara kesepian dan kebosanan pada dewasa awal.
3. Hubungan yang signifikan antara kesepian dan berlebihan pada dewasa awal.
4. Hubungan yang signifikan antara kesepian dan ekspresi diri pada dewasa awal.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah memberikan sumbangan pengetahuan dan memperbanyak penelitian mengenai kesepian dan kaitannya dengan intensitas penggunaan media sosial, sebagai salah satu topik yang dibahas dalam lingkup ruang Psikologi Klinis dan Psikologi Sosial.

Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini adalah untuk dapat membantu mengetahui apakah kesepian merupakan salah satu faktor penting dalam intensitas penggunaan media sosial, memberi masukan pada orang tua dan mahasiswa tentang pentingnya perhatian dan dukungan sosial untuk mencegah individu merasa kesepian.

E. Penelitian Terdahulu

1. Hidayati, D. (2015) dengan penelitian berjudul "*self compassion dan loneliness*" dengan metode kuantitatif . Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self compassion* dengan *loneliness*. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional dengan subyek penelitiannya berjumlah 254 siswi yang tinggal di pondok pesantren. Hasil

penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara *self compassion* dan *loneliness*, yang berarti hipotesa penelitian ini ditolak.

2. Sari dan Listiyandini, R. A. (2015) dengan penelitian berjudul “hubungan antara resiliensi dengan kesepian (*loneliness*) pada dewasa muda lajang” dengan metode kuantitatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara resiliensi dengan kesepian (*loneliness*) pada dewasa muda lajang serta tinjauannya dalam Islam. Subjek penelitian berjumlah 200 orang di Jakarta dengan rentang usia 22-33 tahun. Berdasarkan hasil uji analisis data didapatkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan bersifat negatif antara resiliensi dengan kesepian (*loneliness*) pada dewasa muda lajang.
3. Martin dan Scumacher. (2003) dengan penelitian berjudul “*loneliness and social uses of internet*” dengan metode kuantitatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan antara orang yang kesepian dan tidak kesepian dalam menggunakan internet. Subjek penelitian berjumlah 277 sarjana pengguna internet yang digunakan untuk menilai perbedaan antara individu kesepian dan tidak kesepian dalam pola penggunaan internet. Hasil penelitian menunjukkan bahwa individu kesepian menggunakan internet dan e-mail lebih banyak dan lebih mungkin untuk menggunakan Internet untuk mendapatkan dukungan emosional dari orang lain. Perilaku sosial individu kesepian konsisten ditingkatkan secara *online*, dan individu yang kesepian lebih mungkin untuk mencari teman *online* dan kepuasan tinggi dengan teman-teman *online* mereka. Kesepian lebih mungkin untuk menggunakan Internet untuk memodulasi suasana hati negatif, dan menggunakan Internet menyebabkan gangguan pada fungsi sehari-hari mereka.
4. Aprinta, G. (2017) dengan penelitian berjudul “hubungan penggunaan media sosial dengan tingkat kepekaan sosial di usia remaja” dengan metode kuantitatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Tingkat Kepekaan Sosial di Usia Remaja. Subyek peneltian ini berjumlah 145 responden yang masih bersekolah

dengan metode kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin sering remaja mengakses media sosial, maka semakin sering pula pencarian informasi dilakukan sebagai pemenuhan akan informasi yang kemudian memicu kepedulian terhadap lingkungan serta membentuk kesadaran sosial.

5. Misyaroh (2016) dengan penelitian berjudul “hubungan antara *loneliness* dengan *mobile phone addict* pada mahasiswa di Universitas Negeri di Kota Malang” Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *loneliness* dengan *mobile phone addict*. Hal ini dapat berarti semakin tinggi tingkat *loneliness* maka akan semakin tinggi pula tingkat *mobile phone addict*, begitu pula sebaliknya semakin rendah tingkat *loneliness* semakin rendah pula tingkat *mobile phone addict*.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Kesepian

1. Definisi Kesepian

Menurut Russell (dalam Krisnawati & Soetjiningsih, 2017) kesepian didefinisikan sebagai hubungan sosial yang tidak sesuai dari apa yang diinginkan atau dicapai, termasuk perasaan gelisah, tertekan, dan persepsi kurangnya hubungan sosial pada diri seseorang. Kesepian menurut Paplau dan Perlman (1998) sebagai perasaan yang dirugikan dan tidak terpuaskan yang dihasilkan dari kesenjangan antara hubungan sosial yang diinginkan dengan hubungan sosial yang dimiliki. Kesepian merupakan adanya perasaan yang kurang dimiliki dalam hubungan dengan orang lain, yang dapat diakibatkan karena rasa ketidakpuasan yang dialami individu dengan hubungan yang ada (Daryaksini & Hudaniah dalam Arumdina, 2013). Menurut Russel (dalam Dariyo, 2013) kesepian yang tidak teratasi akan menimbulkan kondisi psikoemosional yang tidak baik dan akan cenderung membuat individu mengalami depresi. Sehingga dari beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa kesepian adalah perasaan sunyi tidak ada teman, terisolasi dari sosial, dan perasaan yang menyakitkan karena tidak terpenuhinya harapan.

2. Aspek-aspek Kesepian

Adapun aspek kesepian menurut Russell (dalam Krisnawati & Soetjiningsih, 2017):

- a. *Trait loneliness* : yaitu adanya pola yang lebih stabil dari perasaan kesepian yang terkadang berubah dalam situasi tertentu, atau individu yang mengalami kesepian karena disebabkan kepribadian mereka. Kepribadian yang dimaksud adalah seseorang yang memiliki kepercayaan yang kurang dan ketakutan akan orang asing
- b. *Social desirability loneliness* : yaitu terjadinya kesepian karena individu tidak mendapatkan kehidupan sosial yang diinginkan pada kehidupan di lingkungannya
- c. *Depression loneliness* yaitu terjadinya kesepian karena terganggunya perasaan seseorang seperti perasaan sedih, murung, tidak bersemangat, merasa tidak berharga dan berpusat pada kegagalan yang dialami oleh individu.
- d. Kesepian Pada Dewasa Awal

Menurut teori perkembangan psikososial Erikson (Papalia, dkk, 2009), masa dewasa awal ditandai dengan tahapan *intimacy vs isolation*. *Intimacy* dapat dicapai dengan menjalin hubungan interpersonal yang intim dan membuat komitmen dengan orang lain. Jika hal ini tidak terpenuhi maka seseorang akan mengalami perasaan terisolasi. Dua sumber utama *intimacy* pada dewasa muda adalah dari teman dan pasangan. Ketika dewasa awal gagal membuat komitmen dengan teman atau pasangan maka dewasa awal akan memasuki fase isolasi. Pada fase isolasi, individu akan merasakan kesepian karena tidak memiliki hubungan yang erat dengan individu lain. Dalam sebuah penelitian yang dilakukan oleh Cutrona, 1984 (dalam Santrock, 2013), 2 minggu setelah tahun pelajaran dimulai, 75 persen dari 354 mahasiswa baru mengatakan mereka merasa kesepian paling tidak sejak datang ke kampus. Hal

ini dikarenakan pada fase mahasiswa, individu akan jauh dari keluarga, sehingga individu merasa terisolasi dan tidak mendapatkan *intimacy* dari keluarga.

2. Intensitas Penggunaan Media Sosial

a. Pengertian Media Sosial

Nasrullah (2015) mengatakan bahwa media sosial merupakan medium di internet yang memungkinkan pengguna mempresentasikan dirinya maupun berinteraksi, bekerja sama, berbagi, berkomunikasi dengan pengguna lain dan membentuk ikatan sosial secara *virtual*

Van Dijk (dalam Nasrullah, 2015) menyatakan bahwa media sosial adalah *platform* media yang memfokuskan pada eksistensi pengguna yang memfasilitasi mereka dalam beraktivitas maupun berkolaborasi. Media sosial juga dapat dikatakan sebagai fasilitator online yang menguatkan hubungan antar pengguna sekaligus sebuah ikatan sosial.

Berdasarkan pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa media sosial merupakan sebuah alat perantara berbasis web untuk dapat berinteraksi dengan orang lain dan memfasilitasi individu atau kelompok dalam beraktivitas maupun berkolaborasi untuk membangun relasi pertemanan yang sifatnya lebih luas dan diharapkan dapat mengatasi kesepian penggunanya.

3. Pengertian Intensitas Penggunaan Media Sosial

Intensitas media sosial menurut Orosz, G (2015) adalah semua dimensi yang berupa ketekunan, kebosanan, berlebihan dan ekspresi diri sebagai sikap yang mengacu dari keterhubungan emosional dengan media sosial dan diintegrasikan dengan kehidupan sehari-hari.

Wulansari (2000) menjelaskan bahwa kata intensitas mengacu pada penggunaan waktu untuk melakukan aktivitas tertentu (durasi) dengan jumlah ulangan tertentu dalam jangka waktu tertentu (frekuensi).

Menurut Ajzen (dalam Frisnawati 2012) intensitas merupakan suatu usaha seseorang atau individu dalam melakukan tindakan tertentu. Seseorang yang melakukan suatu usaha tertentu memiliki jumlah pada pola tindakan dan perilaku yang sama, yang didalamnya adalah usaha tertentu dari orang tersebut untuk mendapatkan pemuas kebutuhannya. Sesuatu yang menyangkut tindakan yang dilakukan pada kurun waktu tertentu memiliki jumlah volume tindakan yang dikatakan memiliki intensitas. Azwar (2012) menyatakan bahwa intensitas adalah kekuatan atau kedalaman sikap terhadap sesuatu.

4. Aspek-aspek Intensitas Penggunaan Media Sosial

Merujuk pada penelitian *four facets of facebook intensity the development of the multidimensional facebook intensity scale* oleh Orosz, G (2015) intensitas media sosial mempunyai empat faktor, yaitu:

a) Ketekunan

Faktor pertama mengacu pada pengguna ketekunan untuk menggunakan media sosial setiap hari. Mereka yang memiliki skor tinggi pada dimensi ini memeriksa media sosial sebelum tidur dan bagi mereka media sosial adalah salah satu situs yang paling penting di Internet. Orang-orang ini mencari koneksi internet untuk mengakses media sosial. Dalam kasus media sosial, ketekunan adalah bentuk ikatan emosional antara orang yang mengakses media sosial. Ketekunan mencakup aspek afektif dan perilaku. Dimensi afektif berhubungan dengan perasaan negatif jika media sosial tidak tersedia untuk pengguna, sementara memeriksa itu sebelum tidur atau mencari akses Internet untuk menggunakan media sosial terutama

berkaitan dengan dimensi perilaku. Asumsi bahwa ketekunan adalah refleksi pada kebiasaan penggunaan media sosial yang teratur.

b) Kebosanan

Faktor kedua mengacu pada tujuan individu untuk menggunakan media sosial untuk mengurangi kebosanan. Dalam penelitian Lampe, Ellison, & Steinfield, (2008); Pempek et al., (2009), melawan kebosanan atau menghabiskan waktu adalah salah satu motivasi yang berkontribusi terhadap penggunaan yang intensif pada media sosial. Sejak media sosial dapat memberikan banyak rangsangan yang berbeda, dapat menjadi tempat yang ideal untuk menghabiskan waktu ketika individu bosan. Faktor ini juga mencakup afektif dan aspek perilaku. Kebosanan adalah emosi gairah negatif dan rendah yang dapat berhubungan dengan penggunaan media sosial yang intensif.

c) Berlebihan

Faktor ketiga intensitas penggunaan media sosial adalah berlebihan. Faktor ini menunjukkan bahwa individu mengakses media sosial bahkan jika individu tidak mempunyai waktu, tetapi masih menggunakannya secara intensif. Dimensi ini berfokus pada penggunaan yang berlebihan dari media sosial yang dirasakan oleh pengguna. Namun, berbeda dengan kecanduan media sosial, dimensi berlebihan lebih menyorot pada sisi non-patologis penggunaan media sosial yang berlebihan. Sehingga, dimensi ini lebih berlaku umum untuk semua orang, tidak hanya orang-orang yang memiliki masalah serius dan patologis kecanduan media sosial.

d) Ekspresi Diri

Faktor keempat menunjukkan intensitas penggunaan media sosial berkaitan dengan ekspresi diri. Penelitian Aladwani (2014) telah mengidentifikasi

membagikan kegiatan sehari-hari di media sosial terkait sebagai indikator kemungkinan penggunaan media sosial. Melalui memperbaharui profile media sosial, pengguna dapat mengekspresikan ide-ide mereka sendiri, kesukaan dan gaya mereka untuk pengguna lain. Profile media sosial berfungsi sebagai citra yang dapat diperbarui sesering pengguna menginginkannya. Penggunaan media sosial yang relatif sering dan tingginya jumlah kenalan di media sosial dapat memberikan kemungkinan untuk berbagai bentuk pengelolaan kesan. Ia juga memiliki aspek afektif dan perilaku dalam hal memilih profile penyesuaian dan frekuensi melakukannya.

5. Intensitas Penggunaan Media Sosial Pada Dewasa Awal

Menurut survei APJII tahun 2014, berdasarkan usia pengguna, mayoritas pengguna internet di Indonesia berusia 18-25 tahun, yaitu sebesar hampir setengah dari total jumlah pengguna internet di Indonesia (49%). Kemudian disusul usia 26-35 tahun, sebesar (33,8%), 36-45 tahun sebesar (14,6%), 46-55 tahun sebesar (2,4%) dan terakhir 56-65 tahun sebesar (0,2%). Hal ini menunjukkan bahwa dewasa awal mendominasi penggunaan internet, khususnya untuk keperluan menggunakan media sosial. (APJII,2015)

B. Hubungan Antar Variabel

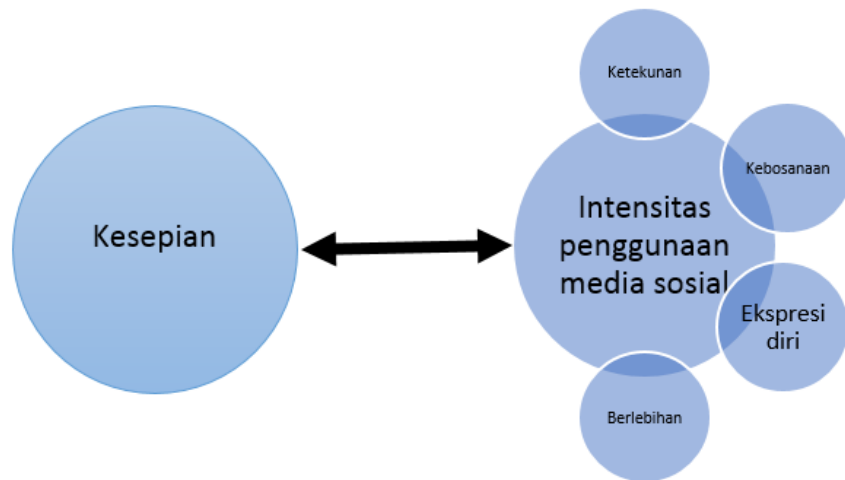
Menurut teori perkembangan psikososial Erikson (Papalia, dkk, 2009), masa dewasa awal ditandai dengan tahapan *intimacy vs isolation*. *Intimacy* dapat dicapai dengan menjalin hubungan interpersonal yang intim dan membuat komitmen dengan orang lain. Jika hal ini tidak terpenuhi maka seseorang akan mengalami perasaan terisolasi. Dua sumber utama *intimacy* pada dewasa muda adalah dari teman dan pasangan. Ketika dewasa awal gagal membuat komitmen dengan teman atau pasangan

maka dewasa awal akan memasuki fase isolasi. Pada fase isolasi, individu akan merasakan kesepian karena tidak memiliki hubungan yang erat dengan individu lain.

Individu yang merasakan kesepian akan mengalihkan perhatiannya dengan dunia luar karena tidak memiliki hubungan dengan orang lain, Individu akan mencari hubungan dengan cara yang lain, salah satunya adalah dengan media sosial. Individu akan menghabiskan waktunya di media sosial.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Martin dan Scumazer (2003) bahwa dibandingkan dengan individu tidak kesepian, individu kesepian lebih cenderung menghabiskan waktu untuk *online*, menggunakan *E-mail*, dan menggunakan Internet untuk dukungan emosional. Individu kesepian diprediksi lebih memilih berkomunikasi menggunakan Internet dari pada berkomunikasi dengan bertatap muka secara langsung, menikmati keadaan dimana individu kesepian tidak perlu menyebutkan nama dalam komunikasi menggunakan Internet, dan menyembunyikan diri dari orang lain. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa individu kesepian menggunakan internet dan e-mail lebih banyak dan lebih mungkin untuk menggunakan Internet untuk mendapatkan dukungan emosional dari orang lain. Perilaku sosial individu yang mengalami kesepian akan meningkat ketika individu tersebut *online*, dan individu yang kesepian lebih mungkin untuk mencari teman *online* dan kepuasan tinggi dengan teman-teman *online* mereka. Kesepian lebih mungkin untuk menggunakan Internet untuk memodulasi suasana hati negatif, dan menggunakan Internet menyebabkan gangguan pada fungsi sehari-hari mereka. Sehingga, individu yang kesepian tentunya akan meningkatkan intensitas penggunaan media sosialnya ketika merasa kesepian.

C. Kerangka Pemikiran



D. Hipotesis Penelitian

H₀₁: Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dan ketekunan pada dewasa awal.

H₀₂: Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dan kebosanan pada dewasa awal

H₀₃: Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dan berlebihan pada dewasa awal

H₀₄: Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dan ekspresi diri pada dewasa awal

H_{a1}: Terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dan ketekunan pada dewasa awal.

H_{a2}: Terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dan kebosanan pada dewasa awal.

H_{a3}: Terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dan berlebihan pada dewasa awal.

H_{a4}: Terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dan ekspresi diri pada dewasa awal.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Penelitian ini juga menggunakan jenis penelitian yang bersifat korelasional. Peneliti ini dapat mengetahui hubungan antara kesepian dan intensitas penggunaan media sosial pada dewasa awal.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Identifikasi variabel penelitian digunakan sebagai penetapan batas-batas permasalahan sehingga pembahasan penelitian tidak keluar dari tujuan penelitian. Berikut adalah variabel dalam penelitian ini:

1. Variabel Bebas (X)

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *Kesepian* yang akan diukur dengan *UCLA Loneliness Scale Version 3* (Russel, 1996) yang di transadaptasi pada penelitian Anaki (2009).

2. Variabel Terikat (Y)

Variabel terikat pada penelitian ini adalah Intensitas Penggunaan Media Sosial yang akan diukur dengan *Multidimensional Facebook Intensity Scale* Orosz, G., et al, (2015) yang sudah dimodifikasi untuk kepentingan penelitian

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2010), definisi operasional adalah penentuan konstrak atau sifat yang akan dipelajari sehingga menjadi variabel yang dapat diukur. Definisi operasional dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Kesepian

Kesepian adalah perasaan yang dirasakan oleh individu dikarenakan ketidakselarasan antara yang diinginkan dengan apa yang terjadi dalam menjalin hubungan dengan lingkungan sosialnya. Tingkat kesepian dalam penelitian ini akan diukur dengan skala *UCLA Loneliness Scale Version 3* (Russel, 1996) yang di transadaptasi pada penelitian Anaki (2009). Apabila skor yang didapatkan individu tinggi maka tingkat kesepian individu tersebut tinggi dan begitu juga sebaliknya.

2. Intensitas Penggunaan Media Sosial

Intensitas penggunaan media sosial adalah semua aspek yang berupa ketekunan, kebosanan, berlebihan dan ekspresi diri sebagai bentuk keterikatan dengan media sosial dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian ini menggunakan skala intensitas penggunaan media sosial, untuk tinggi atau rendahnya tingkat intensitas penggunaan media sosial pada individu dapat diukur dengan skala Multidimensional Facebook Intensity Scale (MFIS) Orosz, G., et al, (2015) *uncorrelated dimentional* yang sudah dimodifikasi. Apabila skor yang didapatkan oleh individu tinggi maka intensitas penggunaan media sosialnya tinggi dan begitu juga sebaliknya.

D. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2010). Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah dewasa awal berusia 18 hingga 25 tahun yang mempunyai akun media sosial.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki populasi (Sugiyono, 2010). Penentuan jumlah sampel menggunakan teknik analisis G*Power versi 3.1.9.2 yang menghasilkan subjek minimal 134 orang mahasiswa yang mempunyai akun media sosial di Universitas Brawijaya.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *non probability sampling* dengan metode *accidental sampling*. Teknik *non probability sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang atau kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel (Sugiyono, 2010).

Penelitian ini menggunakan metode *accidental sampling*. Teknik ini bertujuan untuk mendapatkan sampel yang ditentukan pada penelitian ini yaitu: Individu yang memasuki usia dewasa awal, yaitu : 18-25 tahun dan mempunyai akun media sosial.

E. Instrumen Penelitian

Metode pengumpulan data atau instrument penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode skala. Menurut Azwar (2012), metode skala digunakan untuk mengukur data yang berupa konsep psikologis. Penggunaan skala dikarenakan lebih mudah untuk disebarkan kepada partisipan. Selain itu penggunaan skala membuat hemat biaya, waktu, dan tenaga.

1. Skala Kesepian

Skala kesepian yang digunakan adalah hasil transadaptasi dari *UCLA Loneliness Scalre version 3* (Russel,1996) yang telah digunakan pada penelitian yang dilakukan oleh Anaki (2009) tentang gaya kelekatan dan tingkat kesepian pada perempuan dewasa muda yang bercerai dengan reliabilitas sebesar 0,91. Pada skala ini menggunakan

model skala *likert* dengan empat pilihan jawaban yaitu, Sering, Kadang-kadang, Jarang, dan Tidak Pernah. Skala ini bersifat *unidimensional* yang berarti hanya mengukur satu variabel saja. Berikut ini adalah lampiran *blueprint* skala kesepian

Tabel 1. *Blueprint Skala Kesepian*

Variabel	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Total
Kesepian	2,3,7,8,11,12,13,14,17,18	1,4,5,6,9,10,15,16,19,20	20

2. Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial

Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial yang digunakan adalah Multidimensional Facebook Intensity Scale (MFIS) Orosz, G., et al, (2015) yang sudah dimodifikasi dengan judul penelitian *four facets of facebook intensity : the development of the multidimensional facebook intensity scale* dengan reliabilitas sebesar 0,88. Pada skala ini menggunakan model skala *likert* dengan pilihan jawaban yaitu, Sangat Setuju, Setuju, Netral, Tidak Setuju, dan Sangat Tidak Setuju. Skala ini bersifat multidimensional. Berikut ini adalah lampiran *blueprint* skala intensitas penggunaan media sosial

Tabel 2. *Blueprint Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial*

Variabel	Dimesi	<i>Favorable</i>	Total
Intensitas Penggunaan Media Sosial	Ketekunan	1,5,9,13	4
	Kebosanan	2,6,10	3
	Berlebihan	3,7,11	3
	Ekspresi diri	4,8,12	3

F. Tahapan Pelaksanaan Penelitian

1. Tahap Persiapan

Peneliti menentukan masalah dan variabel yang akan dibahas dalam penelitian ini. Peneliti kemudian melakukan studi kepustakaan mengenai masalah masalah dan variabel yang telah ditentukan dengan cara mencari literatur berupa jurnal, artikel, dan

buku yang mendukung penelitian. Hasil dari studi kepustakaan tersebut dijadikan peneliti sebagai konsep teoritis untuk mengidentifikasi masalah, menentukan tujuan dan manfaat penelitian, menentukan kerangka berpikir, menentukan hipotesis penelitian, serta menentukan desain, metode, dan instrumen penelitian yang sesuai dengan topik dan permasalahan penelitian yang telah ditentukan.

2. Tahap Pelaksanaan

Tahap Uji Coba (*Try Out*).

Sebelumnya, skala yang telah dibuat dilakukan uji coba terlebih dahulu pada subjek yang dapat mewakili subjek penelitian sebenarnya. Subjek yang dipilih adalah subjek yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan peneliti dengan karakteristik yang sama. *Try Out* skala dilaksanakan pada tanggal 30 Juli 2018 dengan melibatkan jumlah subyek yang sesuai kriteria sebanyak 31 responden. Uji coba skala disebarakan melalui metode online menggunakan *Google Form*.

a. Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial

Skala ini terdiri dari 13 item, yang kesemuanya adalah item *favorable*. Dari 13 item, terdapat 13 item yang memperoleh nilai diskriminan item $r_{ix} \geq 0,25$, sehingga semua item *reliable*. Berikut adalah tabel sebaran item skala intensitas penggunaan media sosial:

Tabel 3. Sebaran Item Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial

Variabel	Dimesi	<i>Favorable</i>	Total
Intensitas Penggunaan Media Sosial	Ketekunan	1,5,9,13	4
	Kebosanan	2,6,10	3
	Berlebihan	3,7,11	3
	Ekspresi diri	4,8,12	3

1. Skala Kesepian

Skala ini terdiri dari 10 item *favorable* dan 10 item *unfavorable*, dengan total sebanyak 20 item. Dari 20 item, terdapat 19 item yang memperoleh nilai diskriminan item $rix \geq 0,25$, sedangkan 1 item memperoleh nilai diskriminan item $rix \leq 0,25$ sehingga dinyatakan gugur. Berikut adalah tabel *blueprint* skala kesepian sebelum diuji coba dan setelah diuji coba :

Tabel 4. *Blueprint Try Out Skala Kesepian*

Uji Coba	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Total
Sebelum	2,3,7,8,11,12,13,14,17,18	1,4,5,6,9,10,15*,16,19,20	20
Setelah	2,3,7,8,11,12,13,14,17,18	1,4,5,6,9,10,16,19,20	19

3. Tahap Analisis Data

Peneliti kemudian melakukan *skoring* pada skala yang bisa dipakai, menghitung dan membuat tabulasi data. Setelah itu peneliti melakukan analisis data menggunakan SPSS (*Statistical Product and Service*) 25 for Windows dengan teknik analisis data Korelasi *Product Moment Pearson* untuk menguji korelasi antar variabel penelitian. Peneliti kemudian melakukan interpretasi hasil analisis data berdasarkan teori dan kerangka berpikir yang sudah diajukan lalu peneliti memberikan kesimpulan hasil penelitian.

G. Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Validitas merupakan suatu ukuran yang menunjukkan tingkat ketepatan dan kecermatan suatu instrumen dalam melakukan fungsi ukurnya. Validitas mengarah pada apakah sesuatu instrumen benar-benar mengukur apa yang hendak diukur (Azwar, 2012). Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi. Validitas isi merupakan validitas yang tidak melibatkan perhitungan statistik apapun, melainkan

dinilai melalui analisis rasional atau *professional judgement* sehingga pendapat setiap orang dapat berbeda mengenai sejauh mana validitas isi suatu alat ukur (Azwar, 2012). Validitas isi dilakukan oleh Pak Ilhamuddin S.Psi, MA sebagai *professional judgement* dalam penentuan validitas isi alat ukur.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas menurut Azwar (2012) adalah kepercayaan atau konsistensi hasil ukur yang mengandung makna seberapa tinggi kecermatan pengukuran. Uji reliabilitas alat ukur pada penelitian ini menggunakan rumus *Cronbach Alpha*. *Cronbach Alpha* digunakan karena penghitungan dari formula ini akan memberikan harga yang lebih kecil atau sama besar dengan reliabilitas yang sebenarnya (Azwar, 2012).

Reliabilitas dinyatakan dalam koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang dari 0,00 sampai 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitasnya, sebaliknya semakin mendekati 0,00 berarti semakin rendah reliabilitasnya (Azwar, 2012).

Berdasarkan hasil penghitungan, reliabilitas skala intensitas penggunaan media sosial adalah 0,796 berdasarkan 13 *item* yang lolos uji. Sedangkan reliabilitas skala kesepian adalah 0,885 berdasarkan 19 *item* yang lolos uji. Dengan demikian, kedua skala penelitian ini cukup baik untuk mengukur variabel karena mendekati 0,900.

H. Metode Analisis Data

Setelah data hasil penelitian berhasil dikumpulkan oleh peneliti, menganalisis data penelitian adalah kegiatan yang dilakukan oleh peneliti. Tujuan dari analisis data ini adalah untuk menginterpretasikan data yang sudah diperoleh peneliti. Metode statistik adalah metode yang dipilih peneliti dalam menganalisis data yang terkumpul. Pengolahan data yang terkumpul ini kemudian dihitung menggunakan software IBM SPSS Statistic 25. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis korelasi *product-moment*

Pearson. Menurut Azwar (2012) korelasi ini digunakan apabila individu dalam satu kelompok mempunyai skor masing-masing pada dua variabel maka skor pada kedua variabel itu dapat diketahui korelasinya. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji asumsi klasik (uji normalitas dan uji linearitas) dan juga uji hipotesis.

1. Uji Asumsi

Uji asumsi pada penelitian ini meliputi :

a. Uji normalitas

Uji normalitas dilakukan pada serangkain data yang dimiliki untuk mengetahui apakah populasi dapat terdistribusi secara normal atau tidak. Apabila data terdistribusi secara tidak normal atau baik, maka data tersebut dapat digunakan uji statistik non-parametrik. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan uji *One Sample Kolmogorov-Smirnov test*. Uji normalitas ini menggunakan bantuan software IBM SPSS 25 for windows.

b. Uji linieritas

Uji lineritas digunakan peneliti untuk mengetahi apakah kedua variabel penelitian mempunyai hubungan signifikan linier atau tidak. Variabel yang dikatakan memiliki hubungan yang linier apabila nilai signifikansi yang tertera pada *Deviation from linearity* $> 0,05$.

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk membuktikan apakah hipotesis yang diajukan peneliti diterima atau ditolak. Peneliti menguji hipotesis untuk melihat korelasi antara dua variabel yaitu, variabel kesepian dengan intensitas penggunaan media sosial yang mempunyai aspek : ketekunan, kebosanan, berlebihan dan ekspresi diri menggunakan teknik analisis *Correlation Product Moments* melalui bantuan aplikasi SPSS 25 for windows.



BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Data Demografis dan Deskripsi

Subjek pada penelitian ini adalah 180 mahasiswa Universitas Brawijaya Malang. Berikut ini merupakan gambaran demografis subjek penelitian berdasarkan jenis kelamin dan usia :

Tabel 1. *Gambaran Demografis Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia*

Gambaran umum berdasarkan	Kategori	Jumlah	Prosentase
Jenis Kelamin	Perempuan	121	67,2%
	Laki-laki	59	32,8%
	Total	180	100%

Berdasarkan Tabel 6 diatas, dapat dilihat bahwa jumlah subjek yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 121 orang dengan prosentase 67,2% sementara subjek yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 59 orang dengan prosentase 32,8%.

2. Analisis Statistik Deskriptif

Tujuan dari analisis deskriptif adalah untuk menggambarkan karakteristik populasi secara sistematis (Azwar, 2012). Nilai minimum, nilai maksimum, *mean*, dan standar deviasi dari kedua variabel merupakan skor yang diperlukan dalam penelitian menggunakan penghitungan empirik dan hipotetik. Berikut adalah tabel data penghitungan empirik dan hipotetik dari kesepian dan intensitas penggunaan media sosial.

Tabel 2. *Data Penghitungan Empirik Dan Hipotetik Dari Kesepian Dan Intensitas Penggunaan Media Sosial*

Variabel	Dimensi	Statistik	Hipotetik	Empirik
Kesepian		Skor Minimum	19	22
		Skor Maksimum	76	66
		Mean	44	39,69
		Standard Deviasi	7,33	10,45
Intensitas Penggunaan Media Sosial	Ketekunan	Skor Minimum	4	6
		Skor Maksimum	20	20
		Mean	13	12,85
		Standard Deviasi	2,33	2,6
	Kebosanan	Skor Minimum	3	5
		Skor Maksimum	15	15
		Mean	10	11,13
		Standard Deviasi	1,66	2,05
	Berlebihan	Skor Minimum	3	3
		Skor Maksimum	15	12
		Mean	7,5	7,09
		Standard Deviasi	1,5	2,06
	Ekspresi Diri	Skor Minimum	3	3
		Skor Maksimum	15	13
		Mean	8	6,56
		Standard Deviasi	1,66	1,91

Berdasarkan tabel 7 diatas dapat dilihat perbandingan antara skor empirik dan hipotetik kedua variabel, mean empirik variabel kesepian lebih kecil dibandingkan mean hipotetiknya ($39,69 < 44$) artinya secara umum subjek memiliki nilai skor kesepian lebih rendah dibandingkan dengan rata-rata nilai skala kesepian. Namun, standard deviasi empirik variabel kesepian lebih tinggi dibandingkan standard deviasi hipotetiknya ($10,45 > 7,33$). Hal itu menunjukkan skor variabel kesepian cenderung bervariasi dan tidak seragam.

Sedangkan untuk variabel intensitas penggunaan media sosial yang mempunyai 4 dimensi. Dimensi ketekunan, berlebihan dan ekspresi diri mempunyai mean empirik yang lebih kecil dibandingkan mean hipotetiknya, berturut-turut sebagai berikut : ketekunan ($12,85 < 13$), berlebihan ($7,09 < 7,5$), ekspresi diri ($6,56 < 8$). Hal ini menunjukkan bahwa secara umum subjek memiliki nilai skor untuk dimensi ketekunan,

berlebihan dan ekspresi diri lebih rendah dibandingkan dengan rata-rata nilai untuk ketiga dimensi tersebut. Hal ini berbeda untuk dimensi kebosanan yang mean empiriknya lebih besar dibandingkan mean hipotetiknya ($11,13 > 10$), yang berarti secara umum subjek memiliki nilai skor lebih tinggi dibandingkan rata-rata nilai dimensi kebosanan. Standard deviasi empirik keempat dimensi dari intensitas penggunaan media sosial memiliki skor yang lebih tinggi dibandingkan standard deviasi hipotetiknya, berturut-turut sebagai berikut : ketekunan ($2,6 > 2,33$), kebosanan ($2,05 > 1,66$), berlebihan ($2,06 > 1,55$), ekspresi diri ($1,91 > 1,66$). Hal itu berarti bahwa skor variabel intensitas penggunaan media sosial yang meliputi dimensi ketekunan, kebosanan, berlebihan dan ekspresi diri cenderung bervariasi dan tidak seragam.

3. Kategorisasi Skor Skala

Selanjutnya, untuk mengetahui tinggi rendahnya nilai subjek dilakukan kategorisasi pada skala kesepian dan Intensitas penggunaan media sosial. Azwar (2012) membagi pengkategorisasian variabel menggunakan rumus sebagai berikut :

Tabel 3. *Pengkategorisasian Variabel*

Pedoman	Kategorisasi
$X < (\mu - \sigma)$	Rendah
$(\mu - \sigma) \leq X \leq (\mu + \sigma)$	Sedang
$X \geq (\mu + \sigma)$	Tinggi

Keterangan :

X = Skor subjek

μ = mean hipotetik

σ = standart deviasi hipotetik

a. Kategorisasi Skor Kesepian

Berikut kategori skor kesepian berdasarkan klasifikasi hipotetik.

Tabel 4. *Kategori Skor Kesenian Berdasarkan Klasifikasi Hipotetik*

Variabel	Daerah Keputusan	Kategori	Frekuensi	Presentase
Kesenian	$X < 36,7$	Rendah	80	44,4%
	$36,7 < X < 51,3$	Sedang	74	41,2%
	$X > 51,3$	Tinggi	26	14,5%
	Total		180	100%

Berdasarkan tabel 9 kategorisasi skor kesepian di atas, dapat digambarkan sebagian besar responden memiliki skor yang masuk dalam kategori rendah, yaitu sebanyak 80 responden (44,4%) Sementara itu, 74 responden masuk dalam kategori skor sedang (41,2%) dan 26 reponden masuk dalam kategori skor tinggi (14,5%).

a. Kategorisasi Skor Intensitas Penggunaan Media Sosial

Berikut Kategori skor skala intensitas penggunaan media sosial

Tabel 5. *Kategori Skor Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial*

Variabel		Daerah Keputusan	Kategori	Frekuensi	Presentase
Intensitas Penggunaan Media Sosial	Ketekunan	$X < 10,7$	Rendah	34	18,9%
		$10,7 < X < 15,3$	Sedang	117	65%
		$X > 15,3$	Tinggi	29	14,5%
		Total		180	100%
	Kebosanan	$X < 8,4$	Rendah	19	10,6%
		$8,4 < X < 11,6$	Sedang	61	33,9%
		$X > 11,6$	Tinggi	100	55,6%
		Total		180	100%
	Berlebihan	$X < 6$	Rendah	79	43,9%
		$6 < X < 9$	Sedang	78	43,3%
		$X > 9$	Tinggi	23	12,8%
		Total		180	100%
	Ekspresi Diri	$X < 6,4$	Rendah	92	51,1%
		$6,4 < X < 9,6$	Sedang	80	44,4%
		$X > 9,6$	Tinggi	8	4,4%
		Total		180	100%

Berdasarkan tabel 10 hasil kategorisasi skala intensitas penggunaan media sosial diatas, dimensi ketekunan frekuensi tertinggi pada kategori sedang 117 responden (65%), kategori rendah 34 responden (18,9%) dan kategori tinggi sebsar

29 responden (14,5%). Dimensi kebosanan frekuensi tertinggi pada kategori skor tinggi yaitu 100 responden (55,6%), kategori skor sedang 61 responden (33,9%) dan kategori skor rendah 19 responden (10,6%). Dimensi berlebihan frekuensi tertinggi ada pada kategori rendah yaitu 79 responden (43,9%), kategori skor sedang 78 (43,3%) dan kategori tinggi 23 responden (12,8%). Dimensi ekspresi diri frekuensi tertinggi ada pada kategori skor rendah yaitu sebanyak 92 responden (51,1%), kategori skor sedang 80 responden (44,4%) dan kategori tinggi 8 reesponden (4,4%).

B. Uji Asumsi

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data yang digunakan dalam penelitian sudah terdistribusi normal atau tidak.

Tabel 6. Hasil Uji Normalitas

	Signifikansi	Nilai Test	Keterangan
Kosmogorov-Smirnov (KS)	0,019	0,073	Tidak Normal

Berdasarkan tabel 10 diatas, hasil uji normalitas menggunakan teknik *Kolmogorov Smirnov* (K-S) didapat hasil signifikansi dari populasi data bernilai 0,019 ($p > 0,05$) sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa data telah terdistribusi tidak normal dan tidak memenuhi asumsi normalitas data, maka peneliti melakukan korelasi antar variabel dengan statistik non parametrik. Peneliti juga mengganti uji hipotesis dari *Correlations Product Moment* menjadi *Spearman's Rank* yang tidak mensyaratkan data terdistribusi secara normal.

C. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah variabel kesepian memiliki hubungan yang linier atau tidak dengan variabel intensitas penggunaan media sosial di

dimensi ketekunan, kebosanan, berlebihan dan ekspresi diri. Berikut hasil uji linieritasnya

:

Tabel 7. Hasil Uji Linieritas

Variabel	Signifikansi	F Hitung	Keterangan
Kesepian & Ketekunan	0,335	1,133 < 1,78	Linier
Kesepian & Kebosanan	0,372	1,09 < 1,94	Linier
Kesepian & Berlebihan	0,437	1,002 < 1,99	Linier
Kesepian & Ekspresi Diri	0,507	0,913 < 1,99	Linier

Berdasarkan hasil uji linieritas tabel 12 di atas, dapat disimpulkan bahwa variabel kesepian dan variabel intensitas penggunaan media sosial (ketekunan, kebosanan, berlebihan, ekspresi diri) memiliki hubungan yang linier.

D. Uji Hipotesis

Hipotesis yang peneliti rumuskan bersifat *two tailed* (dua arah). Untuk menjawab hipotesis penelitian ini, maka peneliti melakukan analisis korelasi dua variabel dengan menggunakan teknik *Spearman's rho*, standard yang digunakan untuk mengetahui adanya hubungan antar variabel adalah nilai signifikansi 0,05. Jika lebih besar dari 0,05 maka tidak ada hubungan, sedangkan jika lebih kecil dari 0,05 maka terdapat hubungan.

Tabel 8. Hasil Uji Hipotesis

Variabel		Signifikansi	Koefisien Korelasi	Keterangan
Kesepian	Ketekunan	0,136	0,112	Tidak terdapat hubungan
	Kebosanan	0,026	-0,116	Terdapat hubungan yang berlawanan arah

Berlebihan	0,000	0,287	Terdapat hubungan yang searah
Ekspresi Diri	0,106	-0,121	Tidak terdapat Hubungan

Berdasarkan tabel 13 hasil uji hipotesis diatas, ditemukan beberapa kesimpulan antara lain :

1. H01 yang berbunyi tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dan ketekunan pada dewasa awal dapat diterima, dan H1 yang berbunyi terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dan ketekunan pada dewasa awal dapat ditolak karena nilai signifikansi hubungan kesepian dan ketekunan lebih besar dari 0,05 yaitu 0,136.

$$R_s = 1 - \frac{6 \sum d^2}{n(n^2-1)} = 0,017816$$

2. H02 yang berbunyi tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dan kebosanan pada dewasa awal dapat ditolak, dan H2 yang berbunyi terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dan kebosanan pada dewasa awal dapat diterima karena nilai signifikansi hubungan kesepian dan kebosanan lebih kecil dari 0,05 yaitu 0,026 dan arah hubungan yang berlawanan arah karena nilai koefisien korelasi yang bernilai negatif.

Rumus spearman rank :

$$R_s = 1 - \frac{6 \sum d^2}{n(n^2-1)} = -0,15212$$

3. H03 yang berbunyi tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dan berlebihan pada dewasa awal dapat ditolak, dan H3 yang berbunyi terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dan berlebihan pada dewasa awal dapat diterima karena nilai signifikansi hubungan kesepian dan berlebihan lebih kecil dari 0,05 yaitu 0,000 dan arah hubungan searah karena nilai koefisien korelasi yang bernilai positif.

$$R_s = 1 - \frac{6 \sum d^2}{n(n^2-1)} = 0,017816$$

4. H04 yang berbunyi tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dan ekspresi diri pada dewasa awal dapat diterima, dan H4 yang berbunyi terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dan ekspresi diri pada dewasa awal dapat ditolak karena nilai signifikansi hubungan kesepian dan ekspresi diri lebih besar dari 0,05 yaitu 0,106.

$$R_s = 1 - \frac{6 \sum d^2}{n(n^2-1)} = -0,13455$$

E. Pembahasan

Berdasarkan uji hipotesis yang telah dilakukan oleh peneliti didapatkan hasil demikian. Pertama, kesepian tidak mempunyai hubungan dengan ketekunan seseorang dalam menggunakan media sosial. Kedua, semakin tinggi kesepian seseorang maka semakin rendah kebosanan seseorang dalam menggunakan media sosial. Ketiga, semakin tinggi seseorang maka seseorang juga akan berlebihan dalam intensitasnya menggunakan media sosial. Keempat, kesepian tidak mempunyai hubungan dengan ekspresi diri seseorang dalam menggunakan media sosial.

Hipotesis pertama yang diterima adalah tidak terdapat hubungan antara kesepian dan ketekunan dalam intensitas penggunaan media sosial pada dewasa awal. Hal ini dikarenakan ketekunan adalah bentuk ikatan emosional dari orang yang mengakses media sosial, seperti mencari koneksi internet untuk menggunakan media sosial ataupun mengecek media sosial secara teratur sebelum tidur. Menurut Weiss (dalam Nurdiani, 2014) kesepian yang merupakan hasil dari ketiadaan pertemanan dan jaringan sosial tempat untuk berbagi minat dan aktivitas yang sama. Ketekunan lebih bersifat menetap dan stabil pada seseorang sedangkan kesepian lebih bersifat dinamis dan tidak menetap karena tergantung pada jaringan pertemanan yang ada pada dirinya.

Fungsi dari media sosial juga yang sudah semakin banyak antara lain menurut Whiting & Williams, dalam karyanya yang berjudul *Why People Use Social Media: A Uses and Gratifications Approach* (dalam Innova, 2016) antara lain : interaksi sosial (*social interaction*) dan mencari informasi (*information seeking*). Interaksi sosial adalah individu menggunakan sosial media untuk berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang lain kedua. Mencari informasi (*information seeking*) adalah individu menggunakan media sosial untuk mencari informasi atau untuk mendidik diri sendiri, sehingga ada kemungkinan-kemungkinan lain selain kesepian seseorang sebagai alasan menggunakan media sosial secara berkala dan tekun.

Hipotesis kedua yang diterima adalah terdapat hubungan antara kesepian dan kebosanan dalam intensitas penggunaan media sosial pada dewasa awal dengan arah hubungan yang berlawanan arah, berarti semakin tinggi kesepian seseorang maka semakin rendah kebosanan seseorang dalam intensitasnya menggunakan media sosial. Penelitian Lampe, Ellison, & Steinfield, (2008); Pempek et al., (2009) (dalam Orosz, G, 2015), melawan kebosanan atau menghabiskan waktu adalah salah satu motivasi yang berkontribusi terhadap penggunaan yang intensif pada media sosial. Sejak media sosial dapat memberikan banyak rangsangan yang berbeda, dapat menjadi tempat yang ideal untuk menghabiskan waktu ketika individu bosan.

Fungsi media sosial (dalam Innova, 2016) antara lain menghabiskan waktu (*pass time*), fungsi hiburan (*entertainment*), adalah untuk menghabiskan waktu (*pass time*), fungsi relaksasi (*relaxation*). Fungsi menghabiskan waktu adalah individu menggunakan media sosial untuk mengisi waktu dan menghilangkan kebosanan. Fungsi hiburan (*entertainment*) adalah individu menggunakan media sosial untuk memberikan hiburan dan rekreasi. Fungsi relaksasi (*relaxation*) adalah individu menggunakan media sosial untuk menghilangkan stres. Kebosanan adalah emosi gairah negatif dan rendah yang dapat

berhubungan dengan penggunaan media sosial yang intensif maka semakin tinggi tingkat kesepian seseorang maka semakin rendah kebosanan seseorang untuk mengakses media sosial karena individu ingin menghilangkan rasa kesepian dalam dirinya dan media sosial mampu menyediakannya melalui fungsi hiburan, menghabiskan waktu dan relaksasi.

Hipotesis ketiga yang diterima adalah terdapat hubungan antara kesepian dan berlebihan dalam intensitas penggunaan media sosial pada dewasa awal dengan arah hubungan yang searah, berarti semakin tinggi kesepian seseorang maka akan semakin tinggi pula individu tersebut berlebihan dalam intensitasnya menggunakan media sosial. Individu yang mengalami kesepian akan meningkatkan intensitas penggunaan media sosialnya, ketika seseorang berlebihan mengakses media sosial secara parah akan mengalami kecanduan. Menurut Ekasari (2012) ciri-ciri dari pengguna internet yang kecanduan yaitu pengguna menghabiskan waktu lebih dari 40 jam per bulan. Hal itu berarti, dalam satu hari pengguna yang intensitas penggunaan internetnya tinggi akan mengakses internet lebih dari 1 sampai 3 jam. Penelitian yang dilakukan Yao dan Zhong (dalam Hapsari dan Ariana, 2015) mengungkapkan bahwa adanya hubungan positif antara kesepian dengan kecanduan internet, yang berawal dari individu yang berlebihan dalam mengakses media sosial. Hal ini dapat terjadi karena 87,5% orang Indonesia mengakses internet untuk menggunakan media sosial (APJII, 2015)

Hipotesis keempat yang diterima adalah tidak terdapat hubungan antara kesepian dan ekspresi diri seseorang dalam intensitasnya menggunakan media sosial. Penelitian Aladwani (2014) telah mengidentifikasikan membagikan kegiatan sehari-hari di media sosial terkait sebagai indikator kemungkinan penggunaan media sosial. Melalui memperbaharui profile media sosial, pengguna dapat mengekspresikan ide-ide mereka sendiri, kesukaan dan gaya mereka untuk pengguna lain. Profile media sosial berfungsi sebagai citra yang dapat diperbarui sesering pengguna menginginkannya. Sedangkan

Individu kesepian diprediksi lebih memilih berkomunikasi menggunakan Internet dari pada berkomunikasi dengan bertatap muka secara langsung, menikmati keadaan dimana individu kesepian tidak perlu menyebutkan nama dalam komunikasi menggunakan Internet, dan menyembunyikan diri dari orang lain (Martin dan Scumazer, 2003) sehingga ekspresi diri tidak berhubungan dengan kesepian seseorang. Hal ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Syaifussalam, 2016) bahwa tidak terdapat hubungan antara kesepian dan pengungkapan diri di media sosial pada mahasiswa.

F. Keterbatasan Penelitian

Penelitian memiliki beberapa keterbatasan penelitian, antara lain :

1. Dewasa awal yang diteliti hanya terbatas pada kalangan mahasiswa, khususnya mahasiswa Universitas Brawijaya



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, maka didapatkan beberapa kesimpulan berikut:

1. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dan ketekunan pada dewasa awal.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dan kebosanan pada dewasa awal.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dan berlebihan pada dewasa awal.
4. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dan ekspresi diri pada dewasa awal.

B. Saran

Adapun saran yang diberikan bagi penelitian selanjutnya adalah sebagai berikut:

1. Saran teoritis:
 - a. Penelitian selanjutnya dapat menggunakan subjek yang lebih bervariasi pada individu dengan usia dewasa awal selain mahasiswa.
 - b. Penelitian selanjutnya dapat menggunakan *sample* subyek selain mahasiswa Universitas Brawijaya, sehingga cakupan *sample* subyek dapat lebih banyak.

2. Saran praktis:

Bagi para pengguna media sosial, khususnya yang berusia dewasa awal, dapat menggunakan media sosialnya secara bijak. Meski ketekunan dan kemampuan mengekspresikan diri individu di media sosial tidak memiliki hubungan dengan

kesepian, namun kesepian memiliki dengan penggunaan media sosial secara berlebihan.



DAFTAR PUSTAKA

- Anaki. (2009). *Gaya Kelekatan dan Tingkat Kesepian pada Perempuan Dewasa Muda yang Bercerai*. Skripsi: Universitas Indonusa ESA Unggul.
- Aprinta, G. (2017). Hubungan penggunaan media sosial dengan tingkat kepekaan sosial di usia remaja. *Jurnal The Messenger*, 9(1)
- Ardari, C.S.S. (2016) *Pengaruh kepercayaan diri terhadap intensitas penggunaan media sosial pada remaja awal*. Skripsi: Sanata Dharma University
- Arumdina, A. F. (2013). Pengaruh kesepian terhadap pemilihan pasangan hidup pada dewasa awal yang masih lajang. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 2(3), 160-169.
- Asosiasi Penyedia Jasa Internet Indonesia. (2015). *Profil Pengguna Internet Indonesia Tahun 2014*. Jakarta: Puskakom UI
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bruno, F. J. (2000). *Conger Loneliness: Melakukan Kesepian*. Alih bahasa: Sitanggang. A.R.H. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Dariyo, A. (2013). *Dasar-Dasar Pedagogi Modern*. Jakarta: PT Indeks
- Ekasari, P. (2012). Dampak sosial-ekonomi masuknya pengaruh internet dalam kehidupan remaja di pedesaan. *Jurnal Sosiologi Pedesaan*, 6(1)
- Ernst, J. M., & Cacioppo, J. T. (1999). Lonely hearts: psychological perspective on loneliness. *Applied and Preventive Psychology*, 8, 1-22
- Frisnawati, A. (2012). Hubungan antara intensitas menonton reality show dengan kecenderungan perilaku prososial pada remaja. *EMPATHY*, 1(1)
- Ghaisani, N. S. G. & Nugraha, S. (2016). Hubungan self esteem dan loneliness pada pelaku cybersex di Bandung. *Prosiding Psikologi*, 2(1), 225-228.
- Hapsari, A & Ariana, A. D. (2015). Hubungan antara kesepian dan kecenderungan kecanduan internet pada remaja. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 4(3), 20-40
- Hidayati, D. (2015). Self compassion dan loneliness. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 3(1)
- Hootsuite & We Are Social. (2017). *Digital in 2017: Southeast Asia*. Hootsuite & We Are Social. New York
- Hurlock, E. B. (1986). *Developmental psychology: A life-span approach (edisi 5)*. San Diego: Tata McGraw-Hill
- Hurlock, E. (1996). *Psikologi Perkembangan: Suatu Kehidupan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi kelima*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Innova, E (2016). Motif dan kepuasan pengguna instagram di komunitas *instameet* Indonesia. *Jurnal E-Komunikasi*, 4(1).

- Istikomariah. (2016). Pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap *peer acceptance* siswa kelas V sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar Edisi 11,5*(11)
- Kindarto, A. (2010). *Efek Bogging dengan Aplikasi Facebook*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Krisnawati & Soetjningsih. (2017). Hubungan antara kesepian dengan *selfie-liking* pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 16(2).
- Martin, J. & Scumacher. (2003). Loneliness and social uses of internet. *Computer in Human Behavior*, 19(2), 659-671.
- Misyaroh, Dewi. (2016). *Hubungan antara loneliness dengan mobile phone addict pada mahasiswa universitas negeri di Kota Malang. Undergraduate thesis*: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Monks, & Knoers. (2006). *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah University Press.
- Muthia, E. N & Hidayati, Diana. (2015). Kesepian dan keinginan melukai diri sendiri remaja. *Psympathi*, 2(2), 185-198.
- Nasrullah, R. (2015). *Media Sosial Perspektif Komunikasi, Budaya, dan Siositeknologi*. Bandung: Simbiosis Rekatama Media.
- Nurdiani, A. (2014). Uji Validitas Konstruk Alat Ukur UCLA Loneliness Scale Version 3. *JP31*. 3(4). 377-391.
- Orosz, G.. (2015). Four facets of facebook intensity the development of the multidimensional facebook intensity scale personality and individual differences. *Elsevier*, 7(10).
- Papalia, E. D. (2009). *Human Development: Perkembangan Manusia*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Perlman, D., & Peplau, L. A. (1998). *Encyclopedia of mental health*, San Diego. CA: Academic Press.
- Putri, R. (2016). Hubungan antara aktualisasi diri dengan intensitas penggunaan media sosial path pada remaja di sekolah menengah atas negeri 2 Banjarbaru. *Jurnal Ecopsy*, 3(1)
- Russel, D. W. (1996). UCLA loneliness scale (version 3): reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66, 20-40.
- Santrock, J. W. (2003). *Life-Span Development Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Erlangga
- Sari, I. P, & Listiyandini, R. A. (2015). Hubungan antara resiliensi dengan kesepian (loneliness) pada dewasa muda lajang. *Prosiding PESAT (Psikologi, Ekonomi, Sastra, Arsitektur & Teknik Sipil)* 6(2), 45-51.
- Soliha, S.F. (2015). Tingkat ketergantungan media sosial dan kecemasan sosial. *Jurnal Interaksi*. 4(1), 1-10
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Syaifussalam, M. (2016). *Kesepian dan Pengungkapan Diri Melalui Media Sosial Pada Mahasiswa. Thesis*: Universitas Islam Indonesia Yogyakarta

Wulansari, N. (2012). Hubungan Intensitas Menonton Tayangan Reality Show Prososial dengan Perilaku Prososial pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Suska Riau. Skripsi: Universitas Islam Negeri Sultan Syrief Riau

Zunaida, D & Hayat. (2015). Hubungan tingkat motivasi penggunaan situs jejaring facebook terhadap hasil belajar mahasiswa. *Jurnal Pekommas*. 18(1), 63-72.

